

1ª Etapa / 1ere Etape: Vila Nova de Milfontes - Odemira - 155 km						
01.04.2009 - Quarta-Feira / Mercredi						
Concentração / Rassemblement: Vila Nova de Milfontes - Av. da Marginal (Junto ao Farol) - 10h 00m						
Partida Simbólica / Départ Fictif: Av. da Marginal em frente, à esq. p/ Rua Sarmento Beires, em frente, rotunda em frente, rotunda à dta. p/ Odemira (2,8 km) - 10h 55m						
Chegada / Arrivée: Odemira, Rua Sousa Prata (em frente ao Tribunal) - 14h 41m						
Alt.	Percurso / Parcours	!	Quilómetros da etapa		Horários de passagem	
			Kilomètres de l'étape		Horaire (moyenne course)	
			Percorridos Du départ	A percorrer De l'arrivée	40Km/h	42Km/h
20	<b>Partida Real / Départ Réel</b> (Placa Odemira N 393)		<b>0</b>	<b>155</b>	<b>11:00</b>	<b>11:00</b>
	Separador central	BA	3			
40	Rotunda à dta. p/ Almogrove / Longueira		8,4	146,6	11:12	11:12
	Longueira (placa)		10	145	11:15	11:14
	Almogrove (placa)		11,5	143,5		
	Rotunda à esq. p/ Zambujeira do Mar	BA	11,7	143,3	11:17	11:16
60	à dta. p/ S. Teotónio / Zambujeira do Mar		15,7	139,3	11:23	11:22
	Cabo Sardão (placa)		18,8	136,2	11:28	11:26
	à esq. p/ Zambujeira do Mar		18,9	136,1	11:28	11:27
	à dta. p/ Zambujeira do Mar		22,1	132,9	11:33	11:31
	à dta. p/ Zambujeira do Mar		26,5	128,5	11:39	11:37
50	à esq.	BA	28,5	126,5	11:42	11:40
	Zambujeira do Mar (placa)		31	124	11:46	11:44
	à esq. p/ Odemira		31,5	123,5	11:47	11:45
60	<b>Meta Volante / Sprint Intermedier</b> (em frente ao Parque de Campismo)	MV	<b>32,3</b>	<b>122,7</b>	<b>11:48</b>	<b>11:46</b>
	à dta. p/ Lagos N 120		33,7	121,3	11:50	11:48
	Rotunda em frente p/ S. Teotónio	BA	34,1	120,9	11:51	11:48
	S. Teotónio					
	à dta. p/ centro		35,2	119,8	11:52	11:50
	à esq. p/ Junta de Freguesia / Correios					
145	à dta. e esq. p/ Rua Alexandre Herculano		35,4	119,6		
	à dta. p/ Sabóia		35,9	119,1		
	Quintas (placa)		36,9	118,1	11:55	11:52
	à esq. p/ Sabóia		37,9	117,1	11:56	11:54
	Choça (placa)		38,9	116,1	11:58	11:55
110	Casa Nova da Cruz (placa)		41	114	12:01	11:58
	Várzea das Pedras (placa)		43	112	12:04	12:01
138	João de Ribeiros (placa)		45,1	109,9	12:07	12:04
	Pomba (placa)		46,9	108,1	12:10	12:07
	Ribeira do Ruivo (placa)		49,7	105,3	12:14	12:11
130	Várzea do Carvalho (placa)		50,4	104,6	12:15	12:12
<b>120</b>	<b>Início de subida / Début Col</b>		<b>54,3</b>	<b>100,7</b>	<b>12:21</b>	<b>12:17</b>
<b>300</b>	<b>P. M. 4ª cat. / Col 4ème Cat.</b>	PM	<b>56,7</b>	<b>98,3</b>	<b>12:25</b>	<b>12:21</b>
	à esq. p/ Odemira	BA	63,9	91,1	12:35	12:31
	à dta. p/ Beja / Lisboa		81,9	73,1	13:02	12:57
<b>110</b>	<b>Início de subida / Début Col</b>		<b>82,2</b>	<b>72,8</b>	<b>13:03</b>	<b>12:57</b>
<b>207</b>	<b>P. M. 4ª cat. / Col 4ème Cat.</b>	PM	<b>86,7</b>	<b>68,3</b>	<b>13:10</b>	<b>13:03</b>
	<b>Início de abastecimento apeado / Début de zone de ravitaillement pied à terre</b>		<b>90</b>	<b>65</b>	<b>13:15</b>	<b>13:08</b>
	<b>Fim de abastecimento apeado / Fin de zone de ravitaillement pied à terre</b>		<b>92</b>	<b>63</b>	<b>13:18</b>	<b>13:11</b>
235	S. Martinho das Amoreiras		93,9	61,1	13:20	13:14
220	à esq. p/ Beja	BA	94,3	60,7	13:21	13:14
	à esq. p/ Colos / Odemira		94,5	60,5	13:21	13:15
258	em frente p/ Colos / Cercal	BA	102,9	52,1	13:34	13:27
	<b>Início de descida (10%)</b>		<b>104,2</b>	<b>50,8</b>	<b>13:36</b>	<b>13:28</b>
130	Colos (placa) - fim de descida		105,7	49,3	13:38	13:31
	à esq. p/ Cercal R 389	BA	106	49	13:39	13:31
	Campo Redondo (placa)		116,9	38,1	13:55	13:47
	à esq. p/ Cercal	BA	126	29	14:09	14:00
155	Espadanal (placa)		126,4	28,6	14:09	14:00
	<b>Cercal (placa)</b>		<b>127,2</b>	<b>27,8</b>	<b>14:10</b>	<b>14:01</b>
	Rotunda à esq. p/ Odemira N 120	BA	127,7	27,3	14:11	14:02
	Chaparral (placa)		128,5	26,5	14:12	14:03
185	S. Luis (placa)		137,5	17,5	14:26	14:16
<b>173</b>	<b>Meta Volante / Sprint Intermedier</b>	MV	<b>138,3</b>	<b>16,7</b>	<b>14:27</b>	<b>14:17</b>
115	Início de descida		152	3	14:48	14:37
<b>20</b>	<b>Odemira (placa) - Fim de descida</b>		<b>154,7</b>	<b>0,3</b>	<b>14:52</b>	<b>14:41</b>
	Rotunda à esq. p/ a Meta	BA				
20	<b>Meta / Arrivée - (Rua de Sousa Prata, em frente ao Tribunal)</b>		<b>155</b>	<b>0</b>	<b>14:52</b>	<b>14:41</b>